

# Risikofaktoren ausschalten

## Gestern Aktionstag in der Herzwoche

**Heiligenstadt.** (tlz/hck) Nach einem Herzinfarkt beginnt ein Wettlauf mit der Zeit. Die Weichen, einen Herzinfarkt zu erleiden oder zu vermeiden, waren schon vorher gestellt. Rechtzeitiges Erkennen und richtiges Behandeln der Risikofaktoren wie beispielsweise Bluthochdruck oder Zuckerkrankheit sind wichtige Vorsorgemaßnahmen und können Leben retten. „Wir wollen nicht nur aufzeigen, wie man einen Menschen bei einem erlittenen Herzinfarkt am schnellsten hilft, sondern präventiv dafür sorgen, dass es erst gar nicht so weit kommt“, sagte Gisela Bader vom Gesundheitsamt des Landkreises beim gestrigen Aktionstag die Deutschen Herzstiftung unter dem Motto „Herzinfarkt: Jede Minute zählt!“ im Heiligenstädter Vi-

tal-Park. Das Gesundheitsamt beriet die zahlreichen Besucher über das persönliche Risikoprofil für Herzinfarkte. Dabei wurden Messungen durchgeführt, wo u. a. der Wert des Blutzuckers oder der Anteil von Körperfett ermittelt wurden. Medikamente für die bessere Durchblutung fanden bei den Gästen guten Anklang. Auch die Vorträge von Experten des Herzzentrums der Uni-Klinik Göttingen über Entstehung der Arteriosklerose oder Behandlung von Herzinfarkt und Herzmuskelschwäche waren gut besucht.

Das Netzwerk Ökologischer Landbaubetriebe Eichsfeld Gut Beinrode stellte am Aktionstag u. a. Vollwertnahrung und Rohkostsalate im Sinne krankheitsvorbeugender Ernährungsweise vor.



Beim Herzinfarkt-Aktionstag stellte gestern Götz Papke (r.) vom Gut Beinrode Naturprodukte vor. Foto: tlz/Mühlenbeck